

淡季折扣多 淘“宝”正当时

随着盛夏的来临，珠宝商家也迎来消费淡季。然而“有节过节、无节造节”正成为时下晋江珠宝商家盛行的营销策略和促销手段。那么，目前咱厝珠宝商家开启了哪些促销活动？快跟随记者的步伐来瞧瞧。

珠宝消费进入淡季

“近期到店购买珠宝的消费者相对以往有所减少。”周大福晋江宝龙店相关负责人说道，每年7月至8月份是珠宝销售淡季，很多闽南人不会在农历七月份选购大宗物品，同时婚嫁也不会选择在农历七月份举办。日前，记者走访咱厝各大珠宝商发现，目前珠宝消费受到一定影响。“目前到店选购基本以一些年轻群体居多，来购买婚嫁珠宝的人比较少。”中港宝生珠宝爱乐店相关负责人说道，步入7月份后，珠宝销量比以往几个月略有下降。

日前，记者走访咱厝各大珠宝商家获悉，目前各大珠宝商消费者到店客流量略有下降，同时销售额同比下滑。也有商家坦言，近期客流量下滑，或许跟天气炎热广大消费者不爱出门逛街购物有关。与此同时，记者在走访中发现，随着炎炎夏日的到来，一些K金项链、黄金套链等深受广大小伙伴的喜爱。

各种促销活动亮相

虽说时下正值珠宝销售淡季，但是广大商家“淡季不淡”，大部分商家积极开展各种促销活动，力求吸引消费者眼球，进而带动销量。记者从晋江宝龙店获悉，中港宝生珠宝迎来19周年庆，开展系列优惠活动，有“你消费我赠送 品牌好礼送不停！”等活动，同时还有消费积分可在中港宝生珠宝的积分商城直接兑换礼品，不仅如此，还有“旧金不折旧，黄金克抵克”，更有免费换新，黄金每克立减50元，镶嵌类6折（会员再享折上折）。

在晋江吾悦广场记者看到，不少珠宝店开展优惠活动，有的珠宝商推出黄金克减70元的优惠活动。周大福晋江宝龙店同样也推出优惠活动，除了推出黄金克减20元外，还有消费者到店消费满1000元减120元等优惠活动。不少珠宝商家表示，眼下珠宝销售市场平淡，商家为了刺激消费需求，都会使出各种招数，有的通过黄金开展促销活动，有的通过推新品吸引消费者眼球。

六福珠宝推出各种各样的“小金锁”，有长命锁、双锁等，其中长命锁采用拼合设计的足金锁包，用3D硬金工艺打造而成，具有体大金轻、坚固耐磨、中空立体等特点。

无独有偶。中港宝生珠宝推出各种适合夏日佩戴的项链、手链产品，有“砰然心动”系列，其采用开合设计，可以一款两戴，非常适合时下的帅哥美女。中港宝生珠宝还推出安全防护穿耳钉，这款耳钉不仅外观精致好看，还具有防敏功效。周大福推出“砰然”系列、小心意系列、好运小金条项链、唯美蝴蝶结项链等。

不少珠宝商家表示，时下推出的各种夏日配饰，比较受消费者欢迎的是一些性价比高的产品。“目前店里推出的夏日配饰大部分价格在2000元~3000元。”中港宝生珠宝爱乐店负责人说道，随着消费理念的不断变化，越来越多消费者在购买珠宝产品时，首选高性价比产品。

购买珠宝注意事项

面对市面上各大珠宝商家推出的促销活动，广大消费者在选购时可以从以下几点注意：首先，选购珠宝尽量选择大品牌、正规珠宝店购买，这样售后服务比较有保障。如果要选择网购珠宝，请选择正规且有信誉的网站或品牌店。在网上购物时，不要太相信网店展示的产品图片，也不要相信网上价格比市场价格低太多的商家。其次，看清珠宝首饰印记。根据贵金属国家标准，贵金属珠宝首饰要求印记完整。包括钻石首饰主钻的净度、重量等。再次，注意保管好凭证。购买珠宝后要主动索要发票，凭证内容要与珠宝饰品的标识一致。保留相关票据作为证据，以备日后发生争议时使用。



炎炎夏日 这些消暑良方请收好

炎炎夏日，酷暑难当。最近不少地方都开启了“高温炙烤模式”，面对火辣的阳光暴晒，很多人都想去吃些冰冰凉凉的东西来消暑解渴，但是又怕那些藏在冰柜里的“雪糕刺客”，怎么办？没关系，本报记者为大家搜罗咱厝的消暑良方，助力大家度过清凉一夏。泉州医高专附属人民医院主治医师、泉州市营养健康协会专家委员陈宜阳表示，虽说消暑食品具有一定防暑降温功效，但是小伙伴在品尝时不宜过量，以免引起不适。同时，想要夏日消暑，小伙伴应饮足量的水，最好是白开水，推荐每日饮水量应达到1500~1700毫升，少量多次，不要等到口渴时再喝水。对于成年人，茶水也是很不错的选择，不加糖的绿豆汤少少吃吃。



果、红豆、大红豆，浇上蜂蜜水或炼乳，最后洒上酥脆的去皮花生仁……一口下去，仿佛整个世界都是你的。在夏天，一碗冰冰凉凉的烧仙草，能将五脏六腑的闷热都清除得一干二净，堪称炎热消暑的圣品。烧仙草Q弹爽滑、清甜不腻，搭配芋圆、红豆、西米等丰富的配料，润肺又养胃。

●推荐三：西瓜

推荐理由：西瓜几乎是人人都喜欢的水果，特别是在炎热的夏天，冰镇西瓜被认为是“消暑利器”。因为西瓜的水分含量很高，达93.3%，故食用西瓜可以为机体补充水分。还有不要忽视西瓜中所含的能量，半个西瓜（5斤左右），所含能量就高达360kcal，相当于六两米饭！一次吃这么多西瓜，能量摄入就会“超标”。所以，西瓜虽消暑，但也应适量，每天吃两三块就好。

●推荐四：桂花酸梅汤

推荐理由：这款桂花酸梅汤，小伙伴可以在家里自己制作，把乌梅、山楂、甘草浸泡、洗净，接着放入锅里加水炖一个小时，然后把渣去掉，加入桂花和冰糖煮到融化即可饮用，具有酸甜可口、开胃消暑的功效。

●推荐五：石花膏

推荐理由：一碗冰镇可口的石花膏，就是闽南人的解暑神器！本报记者推荐的这款深沪石花膏跟市面上的有所不同，吃起来清甜可口，别有一番风味。目前推出盒装和瓶装，盒装吃起来类似果冻Q滑爽口，瓶装是可直接饮用的。石花膏为手工制作，由采收的野生石花菜，在水里洗净，除去附着物，然



后晒干，再经过熬煮、过滤、冷却等多道工序制作而成。

●推荐六：薏米绿豆陈皮糖水

推荐理由：小伙伴除了可以在市面上选购一些消暑食品外，也可以在家里自己制作。例如，制作薏米绿豆陈皮糖水，选用薏米、绿豆、陈皮、冰糖，把薏米和绿豆提前浸泡四个小时，陈皮泡软，然后放入锅里炖到熟烂，用冰糖调味即可食用，具有清热解暑、健脾消肿功效。

●推荐七：土笋冻

推荐理由：土笋冻，绝对是一道很有特色的夏日冰品。土笋是生长在海滩泥沙中的一种软体小动物——海沙虫，因形似“小笋”而得名，它体内含有丰富的胶质，经过熬煮后所含的胶质融入水中，冷却后即成果冻状，口感清脆、味美甘甜，蘸酱料吃有着奇妙的满足感。不管你来自哪里，只要品尝一份地道的土笋冻，那么留存舌尖上的记忆会让你回味无穷。炎炎夏日，一份土笋冻让你神清气爽。



晋江市鞋服产品毕业季 让利促销活动火热进行中

本报讯“太实惠了，通过消费券购买衣服可以节省不少钱。”“太划算了，要赶紧告诉身边的小伙伴。”自晋江市鞋服产品毕业季让利促销活动7月12日启动以来，深深吸引着广大消费者关注，本次活动将持续到8月10日。

作为本次促销活动首单消费者的谢女士开心地说到，自己在七匹狼金井博物馆店消费原标准价1498元鞋服新品，在享受完店里的折扣优惠后，还额外享受满800元减300元毕业生补贴，因此自己实际付款673元，这优惠力度实在大。

本次活动将通过“爱晋江美好生活平台”向毕业生发放大额消费券，总额为300万元，抢完即止。值得一提的是，本次活动吸引了晋江众多知名品牌参与，有安踏、361°、七匹狼、劲霸、柒牌、卡尔美等，接下来还有不少品牌陆续加入。

对于广大消费者关注的折扣方面，各大参与商家都做出最大程度的让利，有不少商家活动优惠低至1折起，所有消费者可到线下近20家品牌门店享受2022年当季产品最高6.5折、往年产品1至4折的福利折扣。如劲霸推出全场鞋服产品2-6折，毕业生可至“爱晋江美好生活平台”领取消费券折后满额再减，同时7月15日更有新客福利等。

此外，在晋江市域内大学、中学、小学就读的毕业生及家长（不含晋江籍在晋江市域外学校就读的毕业生及家长），可到微信小程序“爱晋江美好生活平台”线上领取大额消费券（满800元减300元、满500元减200元、满300元减100元），享受毕业生折上折优惠。

晋江吾悦广场 开展“狂潮吾悦”活动

本报讯 日前，记者从晋江吾悦广场获悉，为了感谢广大消费者多年来的支持与厚爱，也让广大消费者度过一个美好的夏日，晋江吾悦广场于7月15日-17日开展“狂潮吾悦”活动，届时将有篮球活动、超模大赛，还有满额抽奖等活动。值得一提的是，广大会员到场消费（除超市外）消费满88元并成功积分，即可于活动点位获得瓜瓜卡1张，全场夏季商品低至3.9折，晋江吾悦广场内的诸多美食同样也推出各种优惠活动，更多优惠活动等你到来。

晒后修复如何做？听听咱厝护肤专家怎么说

本报讯 炎热的夏天，许多人都努力在防晒，可还是不能完全躲避无处不在的阳光。有的小伙伴，一不小心就被晒伤了。在晒后修复方面，有小伙伴选择敷美白面膜，有小伙伴选择补水面膜，那么，究竟要选择哪一种呢？晒后修复需要注意什么呢？下面，我们来听听咱厝护肤专家怎么说。

晒后应及时冷敷

面对晒伤，小伙伴该如何补救呢？泉州市皮肤病防治院医学美容科主治医师王雄表示，首先，小伙伴得正确理解晒伤的定义。所谓晒伤是指皮肤过度暴露于紫外线而产生的一种急性、迟发性的炎症反应。简而言之，晒伤不只是晒红那么简单，轻症表现为发红、刺痛、发烫。一般来说静养三到七天可以慢慢消退。如果是重症，则表现为一个头昏、恶心、呕吐、发热等中暑症状，那皮肤会出现水泡、红肿、脱皮等状况，而且极大可能会遗留永久性的褐色斑。

如果小伙伴不小心被晒伤了，若不是很严重，可以采取以下急救措施：首先，降温镇静：最好是晒后一两个小时内进行降温处理，用冷水洗脸后，再用湿毛巾冷敷舒缓镇静，能够缓解发红或刺痛的情况，或者是外用炉甘石洗剂，来缓解相对应的症状。另外，小伙伴也要及时补充水分，保证身体没有处于脱水状态；另一方面，可以敷一个舒缓补水面膜。王雄特别提醒，如果晒后大量脱皮，甚至起水泡，说明晒伤比较严重，一定要及时就诊。

不宜用美白面膜

很多小伙伴一想到自己的脸部被晒伤、晒黑后，就急着想用美白面膜，希望肌肤可以快速白回来。“晒后修复，建议选择补水面膜，把面膜放在冰箱里冰镇后，再拿出来使用效果会更好。”王雄说道，晒后修复的话，首选镇静冷敷，不需做过多其他处理，如果这个时候用美白面膜贴，意义不大。

晒后皮肤修复需要一定的过程。皮肤修复是一个缓慢而持久的过程，不能着急，也没有办法一蹴而就。小伙伴除了及时做好晒后修复外，也要做好每一天的出门防护工作，并且保持良好的睡眠习惯，做到早睡早起，让皮肤和身体器官有足够的时间休息和恢复。

此外，王雄还推荐小伙伴在家可以这样自制面膜：将纯净水放在冰箱里，然后把面膜泡在这个冰的纯净水里，然后直接湿敷在脸上就可以。这是最简单的自制补水面膜，若是轻症晒伤可以这么处理，处理之后症状没有得到缓解的话，建议及时到医院就医。

高温天如何科学健身

都说，“冬练三九，夏练三伏”，夏季是减肥和增强体质的好时节，很多小伙伴发现炎炎夏日，无论是跑步、打球、瑜伽等，都会不可避免遇到高温、高温等问题。那么，高温天小伙伴应该如何科学运动健身呢？快来看看这些夏日运动小妙招！

选择合适时间运动很关键

“一般来说，夏季上午10时至下午4时是一天中气温较高、紫外线较强的时段，广大小伙伴在运动时，应当避开这段时间，可以选择早晨或者傍晚。”随美·一舞所有的BOYO老师说道，如果要在这段时间内（上午10时至下午4时）锻炼最好选择室内。如果必须在室外锻炼，请选择有树荫或遮阳篷的荫蔽路线，可以避免小伙伴，选择偏光太阳镜以及遮阳帽，并降低皮肤老化的风险。特别提醒，小伙伴在室外运动时，请务必涂上防晒系数至少为“30+”的防晒霜。倘若在室内，旁边有大面积的窗户透光，小伙伴也需涂防晒霜。如果是出汗量比较大的小伙伴，还需要每两个小时重新涂一次。室内最好是通风良好，尽量不要在空调环境下运动。在夏季运动时，除了做好面部防晒，眼睛也要防晒。BOYO老师建议小伙伴，选择偏光太阳镜以及遮阳帽，可以帮助阻挡太阳的强光，另外，还可以防止因为在阳光下眯眼导致皱纹的产生。

夏季运动要穿吸汗透气衣服

夏季运动时，除了要及时补充水分、电解质之外，还要记得补充适量糖分，这能帮助缓解运动疲劳，预防肌肉痉挛和中暑的发生。泉州医高专附属人民医院主治医师、泉州市营养健康协会专家委员陈宜阳表示，高温或剧烈运动出汗较多时，除了水分的丢失外，体内的钠、钾、钙、镁等矿物质也有一定程度的丢失，小伙伴可以科学选择运动饮料。在夏天运动时，小伙伴一定要穿吸汗的棉衫，不要穿紧身运动服。BOYO老师特别提醒小伙伴，不要用自己的身体来“烤干”汗湿的衣服，最好准备一套干衣服运动结束后马上更换，否则容易引发风湿或关节炎等病症。有些人喜欢在刚锻炼完大

汗淋漓时，到风扇前揭开衣服猛吹，或在过冷的空调下直吹，以及拧开水龙头，让冷水直冲身体，实现“快速降温”，但人体在运动后毛孔处于扩大状态，突然的冷刺激可使毛孔迅速收缩，这对身体极其不利。正确的做法是用毛巾擦干汗水，在阴凉处休息缓慢降温，30-60分钟后再用温水洗澡。

运动后不宜吃冷饮

另外，还有不少人都喜欢运动后吃冷饮。运动时大量血液涌向肌肉和体表，而消化系统则处于相对缺血状态，这时进食大量冷饮不仅会降低胃的温度，还会冲淡胃液，使胃的生理机能受损。运动后喝温稀盐

水是最好。同时，特别提醒，小伙伴每天的饮水量在1500ml为佳，刚运动完大量出汗时不宜一下子喝过多水，应适量分时段饮水。日常饮食要清淡为主，多吃蔬菜和水果，运动后要适合补充蛋白质。

此外，BOYO老师表示，对于有慢性疾病、身体虚弱或产后妈妈等人群，不宜做跑跳、打球、游泳等运动，因为不当的锻炼可能会让原有的问题更加严重，建议在专业老师指导下练习瑜伽、普拉提等。